

FIȘA POSTULUI

Cursurile și examenele de promovare se organizează de Federația Ecvestră Română. Carnetele se eliberează de FER pentru calitatea de MONITOR ECVESTRU, și de Direcțiile Județene de sport pentru calitatea de INSTRUCTOR SPORTIV, în baza recomandării federației.

Calificările	Călarie	Managementul clubului, bazei hipice, grajdului	Predare	Observații
MONITOR	Elemente de bază (încălecat, descălecat, pas, trap, galop, întoarceri, călărie individuală în manej și teren variat).	<p>ABC de anatomie și fiziologia calului.</p> <p>Înțelegerea comportamentului cabalin.</p> <p>Luarea și înțelegerea indicilor fiziologici.</p> <p>Furajarea, curățirea și îngrijirea calului în situații standard.</p> <p>Lucrul la lonjă.</p> <p>Alcătuirea reprizei și alegerea calului profesor.</p> <p>Norme de tehnica protecției și securității antrenamentelor.</p>	<p>Lucrul la lonjă. Sea de voltije.</p> <p>Noțiuni elementare de dresaj pe cai confirmați. (Poziție, ajutoare, mersuri).</p> <p>Pornirea, oprirea, întoarcerea.</p> <p>Figuri de manej.</p> <p>Plimbare și lucru ușor în teren variat. (Rampe, pante, trecerea ochiurilor de apă).</p> <p>Îngrijirea harnașarea și ajustarea echipamentului.</p>	<p>Generalități despre comportamentul cabalinelor.</p> <p>Înțelegerea limbajului corporal al calului.</p> <p>Primele nivele ale piramidei antrenamentului: ritmul / matricea mersurilor, mlădierea generală, contactul și impulsia.</p> <p>Simțul înaintării ferme.</p>

INSTRUCTOR	<p>Suplimentar față de MONITOR</p> <p>Dresaj progresia elementară</p> <p>Obstacole - gimnasticari diferite.</p> <p>C.C. – Novice</p> <p>Anduranță Licență = 30 km</p>	<p>Suplimentar față de MONITOR</p> <p>Clarificarea teoretică.</p> <p>Recunoașterea unei șchiopături.</p> <p>Exerciții de încălzire pentru călăreți.</p> <p>Planificarea și evidența lecțiilor.</p> <p>Abilități de comunicare.</p> <p>Noțiuni de regulament (general, discipline, național).</p> <p>Cunoașterea și înțelegerea progresiilor de dresaj.</p>	<p>Suplimentar față de MONITOR</p> <p>Mișcări (pe două urme, tranziții).</p> <p>Controlul fuleelor și aducerea calului pe pragul de bătaie.</p> <p>Îmbunătățirea echilibrului și independenței ajutoarelor.</p> <p>Furajarea, curățirea și îngrijirea calului; Norme de tehnica protecției și securității antrenamentelor.</p> <p>Harnașamente.</p>	<p>Suplimentar față de MONITOR</p> <p>Următoarele nivele ale piramidei antrenamentului: rectitudinea , îngrămădirea și permeabilitatea.</p> <p>Jumătățile de oprire. Contragalop, schimbări de picior la galop, mersul înapoi.</p> <p>Fazele săriturii. Tipuri de cedare. Distanțe. Acordul cu calul.</p> <p>Recunoașterea parcursului.</p> <p>Simțul mersurilor: ritmul și viteza.</p>
-------------------	---	--	---	---